**Автор**: КУЛИЕВ САЙРАН САГЫНГАЗИЕВИЧ
**Пән**: Дене шынықтыру
**Сынып**: 1-сынып
**Бөлім**: Ойын арқылы қарым-қатынас пен әлеуметтік дағдылар.
**Тақырып**: Ойын – жеке физикалық қасиеттерді дамыту құралы.

---

| | |
|---|---|
| Ойын – жеке физикалық қасиеттерді дамыту құралы. | Оқу мақсаттары Негізгі денсаулық компоненттерін атау. Сабақ мақсаттары Барлық оқушылар қозғалыс кеңістігінде толық топ ретінде қауіпсіз жұмыс істеу Жетістік критерийлері Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығуларының байланысын анықтайды. Тілдік мақсаттар Кілт сөздер мен тіркестер: Дене мүшелері кайталау. Қозғалу дағдылары: секіру, лақтыру, жүгіру. Диалог. Шапшаң жүгірудің дене шынықтыруда неліктен маңызды екенін айта аласыз ба? Құндылықтарды дарыту - Сыйластық. Пәнаралық байланыстар Физикамен байланыс - Домалауға бейімделген спорт құралдары. (Доп, обручи и т.б.) АКТ қолдану дағдылары Фото және видео пайдалану Бастапқы білім Осы бөлімде денсаулықтың негізгі ұғымдарына шолу жасалады, күнделікті таңғы жаттығуды орындаудың маңыздылығы айтылады, оқушыларға таңғы жаттығу кешенін құру мүмкіндігі беріледі. Оқушылар өздерінің жүгіру, секіру және лақтыру сияқты қозғалу дағдыларын дамыту және жақсартуға жігерленеді. Жүгіру дағдылары жеке және топтық жаттығулар арқылы ойын негізінде байытылады. Бөлімнің соңында физикалық қасиеттер ойындар мен эстафета арқылы бекітіледі. |

## Сабақ барысы

| **Сабақ кезеңдері** | **Жоспарланған іс-әрекет** | **Ресурстар** |
|---|---|---|

| | | |
|---|---|---|
| Ойын – жеке физикалық қасиеттерді дамыту құралы. (18.01.2019) | Сабақтың басы (Б, К, Ж, Тәж) Сапқа тұру. Рапорт тапсыру.Сабақтың тақырыбын хабарлау. Орыннан оңға, солға бұрылу. Техника қауіпсіздігі Саптық жаттығулар. Ж.Д.Ж. қозғалыста Ж.Д.Ж.бір орында. Аяқты артқа бүгіп жүгіру Тізені жоғары көтеріп жүгіру. Оң жақ иықпен адымдап секіру. Сол жақ иықпен адымдап секіру Әрбір адымда секіріп жүгіру Әржаттығуға кең, ашық кеңістік. Әр оқушыға үлкен көбік доп. Доптар: түрлімөлшер, текстура, түс, салмақ, т.б. Доптар (түрлі мөлшерлі). Нысанаретінде түрлі қайта өңделе алатын заттар қолданыла алады: пластикалықсаптаяқ / шөлмектер, картон туба / жәшіктер. Сабақтың ортасы (Б)«Торғайлар мен мысық» ойыны. Балалар алаңның не бөлменің бірбұрышына қойылған аласа сәкілерге не кубиктерге (биіктігі 10-12 см)мінеді. Балалардан алыс бөлемнің бір бұрышында мысық отырады, олұйқыда. «Торғайлар» жолға ұшып шығады» деп мұғалім хабарлаған кезде,оқушылар сәкілерден, кубиктерден секіріп түсіп, жан-жаққа бытырапұшады. «Мысық» ұйқысынан оянып, керіліп, «мяу-мяу» дейді де, шатырғатығылған «торғайларды» ұстай жөнеледі. Қолға түскен «торғайларды»мысық үйіне алып келеді. Балаларды тізесін бүгіп, жұмсақ секіруге, бірін-бірі соқпай жүгіруге, «аулаушыдан» жалтаруға, тез қашуға, өз орнынтабуға үйрету. Оқыту және жабдық бойынша дифференциация: сәкілермен кубиктерді пайдаланбай-ақ қоюға болады. Сабақтың соңы Сабақмақсаттары / меңгеру мақсаттары жүзеге асырымды болды ма? Бүгіноқушылар нені үйрендіндер? Оқыту ортасы қандай болды? Саралау –оқушыларға қалай көбірек қолдау көрсетуді жоспарлайсыз? Қабілетіжоғары оқушыларға қандай міндет қоюды жоспарлап отырсыз? Бағалау –оқушылардың материалды меңгеру деңгейін қалай тексерудіжоспарлайсыз? Денсаулық және қауіпсіздік техникасының сақталуы •Тірек-қозғалыс және тепе-теңдік дағды жаттығуларында нәтиже ментапсырма бойынша түрлендіру. • Қозғалыс сөздік қорларын кеңейту үшінқабілеті жоғары оқушыларға кеңістікте қозғалыс / тепе-теңдік кезіндеқиынырақ сұрақтар қою. • Қабілеті жоғары оқушыларға тағы дакомпозиттік құрылғылар қосу (мысалы: динамика, қатынастар). Жұптықжұмыс пен талқы сапасы • Көру, тыңдау, сұрақ қою. • Оқушылар керекжерде тоқтап, қозғалғанда қауіпсіздіктен хабардар бола отырып, қосылама? • Оқушылар ассиметрия мен симметрияның не екенін түсіне ме?Ғылыммен байланыс – денсаулық және дене, қауіпсіздік. Рефлексия Сабақ мақсаттары/меңгеру мақсаттары жүзеге асырымды болды ма? Бүгін оқушылар нені үйренді? Оқыту ортасы қандай болды? Менің бөліп оқытқаным өз мәнінде жүзеге асты ма? Төменде берілген бос орынды өз сабағыңызға рефлексия жүргізу үшін пайдаланыңыз. Сабағыңызға қатысты сол жақта келтірілген сұрақтарға жауап беріңіз. | |